

Согласовано:
Директор МОАУ СОШ с. Амзя _____ (Ялашева
А.М.)



Утверждаю:
_____ (Зарипова Д.А.)
Умурбаева З.Ф.

Меню

на 19.02.2026, МОАУ СОШ с. Амзя , 5-11кл ОВЗ,инвалиды, СВО

Выход (г)	№ рец.	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
Завтрак				
200	349	Каша пшеничная молочная жидкая с м/сл <i>Крупа пшеничная, Молоко, Сахар, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-241, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-38	
60	413	Пицца школьная <i>Мука пшеничная, Сахар, Масло растительное, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Куриная грудка, Сыр твердый (II), Томат-паста, Лук репчатый неочищенный, Огурцы консервированные, Сметана</i>	Калорийность-193, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-18	
200	54- 2гн-	Чай с сахаром <i>Сахар, Чай</i>	Калорийность-28, Углеводы-7	
65	109	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания с вит.	Калорийность-136, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-28	
Итого за Завтрак			Калорийность-597, Белки-20, Жиры-18, Углеводы-91	
Обед				
250	75	Суп куллама по-деревенски на курином бульоне <i>Картофель неочищенный, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Масло растительное, Мука пшеничная, Яйцо, Соль йодированная</i>	Калорийность-132, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-18	
100	580	Гуляш из мяса птицы <i>Куриная грудка, Масло сливочное (II), Мука пшеничная, Томат-паста, Морковь неочищенная, Лук репчатый неочищенный, Соль йодированная</i>	Калорийность-76, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-3	
180	418	Пюре из гороха с м/сл <i>Горох, Соль йодированная, Масло сливочное (II)</i>	Калорийность-295, Белки-21, Жиры-5, Углеводы-43	
200	54- 2гн-	Чай с сахаром <i>Сахар, Чай</i>	Калорийность-28, Углеводы-7	
85	108	Хлеб пшеничный для детского питания с вит. и железом	Калорийность-186, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-38	
Итого за Обед			Калорийность-717, Белки-44, Жиры-12, Углеводы-108	
Итого за день			Калорийность-1 314, Белки-64, Жиры-30, Углеводы-199	192-64

Шеф-повар _____ (Юзаева И.А.)
Ответственный по питанию _____ (Старикова С. Е.)
_____ (Зарипова Д.А.)
Калькулятор _____ (Зарипова Д.А.)